



平成30年1月分 学校給食献立予定表

ぎゅうしょくについてかんがえましょう

日 曜	こんだてめい	おもにからだをつくるもとになる		おもにからだのちょうしをととのえる		おもにエネルギーのもとになる		献立に含まれるアレルギー表示 (特定原材料及びそれに準ずる27品目)
		1ぐん	2ぐん	3ぐん	4ぐん	5ぐん	6ぐん	
		さかな・にく・たまご まめ・まめせいひん	ぎゅうにゅう にゅうせいひん こざかな・かいそう	いろいろのこいやさい	そのたのやさい・くだもの・きのこ	こめ・パン・めん いも・さとう	ゆし・しゆじつ	
10 水	ごはん					【こめ】		
	ぎゅうにゅう		【ぎゅうにゅう】					乳
	ななくさじる	とりにく・かまぼこ 【とうふ】		にんじん	ななくさ・えのきたけ 【ねぎ】・ほししいたけ		あぶら	鶏肉 大豆 小麦
	ハンバーグのおろしソース	とりにく・ぶたにく			たまねぎ・だいこん	じゃがいも・さとう	あぶら	鶏肉 大豆 豚肉 小麦
11 木	サンドイッチロールパン					サンドイッチロールパン		小麦 乳 大豆 豚肉
	ぎゅうにゅう		【ぎゅうにゅう】					乳
	キャロットポタージュ	とりにく	なまクリーム	にんじん・パセリ	たまねぎ		ホワイトルウ あぶら	鶏肉 乳 豚肉 大豆
	カツサンド ☆ヒレカツ・2こ (とんかつソース)	ぶたにく・だいすこ				てんぷん・パンこ	あぶら	豚肉 小麦 大豆
	ポイルキャベツ				【キャベツ】			りんご 大豆
12 金	ごはん					【こめ】		
	ぎゅうにゅう		【ぎゅうにゅう】					乳
	オニオンスープ	あいびぎにく (ぎゅうにく・ぶたにく)		にんじん	たまねぎ・マッシュルーム ズッキーニ		あぶら	大豆 牛肉 豚肉 小麦
	☆れんこんサンドフライ	とりにく			【れんこん】・たまねぎ しいたけ	パンこ・てんぷん こむぎこ	あぶら	鶏肉 大豆 小麦
	さけふりかけ	さけ				さとう	ごま・あぶら	さけ ごま 大豆
15 月	ごはん					【こめ】		
	ぎゅうにゅう		【ぎゅうにゅう】					乳
	ゆばのすましじる	とりにく・ゆば 【とうふ】		にんじん	はくさい・えのきたけ ほししいたけ・【ねぎ】		あぶら	鶏肉 大豆 小麦
	さんまのぎんがみゆき	さんま・みそ				さとう・こめこ		大豆
16 火	むぎごはん					【こめ】・おおむぎ		
	ぎゅうにゅう		【ぎゅうにゅう】					乳
	ぎゅうどん	ぎゅうにく・かまぼこ		にんじん	しめじたけ・たまねぎ 【ねぎ】	さとう・しらたき	あぶら	牛肉 大豆 小麦
	◆いんげんのちくわみそいため	とりにく・あかみそ ちくわ		さやいんげん		さとう	ごまあぶら あぶら	鶏肉 大豆 ごま
	*あいちのみかんゼリー					【あいちのみかんゼリー】		
17 水	ごはん					【こめ】		
	ぎゅうにゅう		【ぎゅうにゅう】					乳
	ごじる	ぶたにく・だいすペースト 【とうふ】・ミックスみそ		にんじん	だいこん・【ねぎ】・しょうが	さといも	あぶら	豚肉 大豆
	☆まぐろづけフライ	まぐろ				パンこ・さとう	あぶら	小麦 大豆
	◎いんげんのごまあえ			さやいんげん		さとう	ごま	ごま 小麦 大豆 さば 乳 鶏肉
18 木	ちゅうかめん					【ちゅうかめん】		小麦
	ぎゅうにゅう		【ぎゅうにゅう】					乳
	しょうゆラーメン	ぶたにく・【やきぶた】		にんじん	もやし・【ねぎ】 とうもろこし		あぶら	豚肉 小麦 大豆 鶏肉 ゼラチン ごま
	☆とりにくのからあげ	とりにく			にんにく・しょうが	てんぷん	あぶら	鶏肉 小麦 大豆
	◎きゅうりのナムル				きゅうり		ナムルのもと	ごま 大豆 鶏肉 豚肉 小麦
	ココアパウダー						ココアパウダー	大豆
19 金	わかめごはん		わかめ			【こめ】		
	ぎゅうにゅう		【ぎゅうにゅう】					乳
	にくじゃが	ぎゅうにく		にんじん・さやいんげん	たまねぎ	こんにゃく じゃがいも・さとう	あぶら	牛肉 大豆 小麦
	カレーおから	おから・【ぶたにく】		にんじん	たまねぎ・えだまめ	さとう	あぶら	大豆 豚肉 小麦
	*カットパイ				カットパイ			

・* _____ するしのカットパイ、りんごのからぶくろ、あいちのみかんゼリー、とうにゅうバナナコッタのからようき・スプーンはぎょうしゃがかいしゅうします。

・◆はおうほこんだてです。 ・サラダは、なまやさいではなく、すべてゆでてしゅうします。

・【 】のしょくひんはあいちけんさんのものをしゅうしています。(てんこうにより、さんちがかわることがあります。)

・こんだてめいに () できさいされているちょうみりょうは、こぶくろタイプです。

・◎するしはセンターでドレッシングなどであえてあります。

・☆するしはセンターであげてちょうりしてあります。

・10日、15日、23日、29日のおかずには、調味料に乳・卵・小麦・えび・かにを含むことがあります。食材にはこれらのアレルギーとそば・落花生を含んでいません。



16日の「いんげんのちくわみそいため」は大和南中学校のせいとがかんがえたこんだてです。



平成30年1月分 学校給食献立予定表

きゅうしょくについてかんがえましょう

日 曜	こんだてめい	おもにからだをつくるもとになる		おもにからだのちょうしをととのえる		おもにエネルギーのもとになる		献立に含まれるアレルギー表示 (特定原材料及びそれに準ずる27品目)
		1ぐん	2ぐん	3ぐん	4ぐん	5ぐん	6ぐん	
		さかな・にく・たまご まめ・まめせいひん	ぎゅうにゅう にゅうせいひん さかな・かいそう	いろいろのこいやさい	そのたのやさい・くだもの・きのこ	こめ・パン・めん いも・さとう	ゆし・しゅじつ	
22月	ごはん					【こめ】		
	ぎゅうにゅう		【ぎゅうにゅう】					乳
	ちゃんむしスープ	とりにく・【たまご】 かまぼこ		にんじん・【みつば】	えのきたけ・ほししいたけ	てんぷん	あぶら	鶏肉 卵 小麦 大豆 豚肉 さば
	☆えびカツ	えび・たらすりみ			たまねぎ	パンこ・でんぷん こむぎこ・さとう	あぶら	えび 小麦 大豆
	(ソース)							りんご 大豆
23火	ごはん					【こめ】		
	ぎゅうにゅう		【ぎゅうにゅう】					乳
	あんこうなべ	あんこう・ぶたにく 【とうふ】		にんじん	はくさい・だいこん・【ねぎ】	しらたき	あぶら	豚肉 大豆 小麦
	てりどり	とりにく			しょうが	さとう	あぶら	鶏肉 大豆 小麦
	*りんご				りんご			りんご
24水	クロワッサン					クロワッサン		小麦 乳 大豆 豚肉
	ぎゅうにゅう		【ぎゅうにゅう】					乳
	シーフードクリームシチュー	いか・ほき・とりにく	ぎゅうにゅう	にんじん	たまねぎ・グリーンピース	じゃがいも	ホワイトルウ あぶら	いか 鶏肉 乳 豚肉 大豆
	イタリアふうロールキャベツ	とりにく・ぶたにく		にんじん	キャベツ・たまねぎ	てんぷん・さとう パンこ		鶏肉 豚肉 小麦 大豆 りんご ゼラチン
	◎ブロッコリーのドレッシングあえ			ブロッコリー			ドレッシング	
	*とうにゅうパンナコッタ						とうにゅうパンナコッタ	大豆 りんご
25木	はつがげんまいごはん					【こめ】		
	ぎゅうにゅう		【ぎゅうにゅう】					乳
	みそおでん	ぶたにく・はんぺん 【うすらたまご】・あかみそ		にんじん	だいこん	こんにやく・さといも さとう	あぶら	豚肉 大豆 卵
	さばのしおやき	さば					あぶら	さば
	◎はくさいのこんぶあえ		こんぶ		はくさい			大豆 小麦
26金	きしめん					きしめん		小麦
	ぎゅうにゅう		【ぎゅうにゅう】					乳
	ごもくきしめん	とりにく・あぶらあげ かまぼこ		にんじん	はくさい・ほししいたけ 【ねぎ】	てんぷん	あぶら	鶏肉 大豆 小麦
	☆さつまいもとだいずのあまがらめ	【だいず】				さつまいも・でんぷん さとう	あぶら・ごま	大豆 ごま
29月	ごはん					【こめ】		
	ぎゅうにゅう		【ぎゅうにゅう】					乳
	にぎすだんごじる	ぶたにく 【にぎすだんご】		にんじん	はくさい・えのきたけ 【ねぎ】・ほししいたけ	しらたき	あぶら	豚肉 大豆 小麦
	ひじきのいために	マグロフレーク	ひじき	にんじん	とうもろこし	さとう	あぶら	大豆 小麦
30火	ごはん					【こめ】		
	ぎゅうにゅう		【ぎゅうにゅう】					乳
	ひきすり	とりにく・かまぼこ		にんじん	はくさい・えのきたけ 【ねぎ】	かくふ・こんにやく さとう	あぶら	鶏肉 小麦 大豆
	☆うすらたまごくしフライ	【うすらたまご】				こむぎこ・パンこ	あぶら	卵 小麦
	(ソース)							りんご 大豆
ういろう					ういろう		小麦	
31水	ごはん					【こめ】		
	ぎゅうにゅう		【ぎゅうにゅう】					乳
	B・Bカレー	ぎゅうにく・【だいず】		にんじん	たまねぎ・グリーンピース	じゃがいも	カレールウ あぶら	牛肉 大豆 小麦 豚肉 りんご バナナ
	フルーツのミルクゼリーあえ		ぎゅうにゅう		みかん・パイン・もも	ミルクゼリーのもと		もも 乳 りんご

・* _____ するしのカットパン、りんごのからぶくろ、あいちのみかんゼリー、とうにゅうパンナコッタのからようき・スプーンはぎょうしゃがかいしゅうします。

・◆はおうぼこんだてです。 ・サラダは、なまやさいではなく、すべてゆでてしようします。

・【 】のしょくひんはあいちけんさんのものをしようしています。(てんこうにより、さんちがかわることがあります。)

・こんだてめいに () できさいされているちょうみりょうは、こぶくろタイプです。

・◎するしはセンターでドレッシングなどであえてあります。

・☆するしはセンターであげてちょうりしてあります。

・10日、15日、23日、29日のおかずには、調味料に乳・卵・小麦・えび・かを含むことがあります、食材にはこれらのアレルギーとそば・落花生を含んでいません。



好評献立のレシピを公開しています。